

**V Jornadas de Sociología**

**Universidad Nacional de La Plata**

**Ponencia:** La identidad construida con los lenguajes del Cuerpo.  
Incidencias de La disciplina Eutonía en este proceso

**Autora:** Adriana Rovella

**Correo electrónico:** [arovella@yahoo.com](mailto:arovella@yahoo.com)

**Mesa:** J 26 - Modos del cuerpo: Practicas, Saberes y Discursos.

## **La identidad construida con los lenguajes del cuerpo.**

### **Incidencias de la disciplina Eutonía en este proceso**

#### **Presentación**

La estructuración de la identidad personal se halla íntimamente ligada a la realidad del sentimiento corporal que nunca es solamente corporal. El sentimiento de identidad deriva de la conciencia de contacto con el propio cuerpo, reconociendo quién se es a través de lo que se siente.

La Eutonía, disciplina que se aprende viviéndola, es captada en el cuerpo, pensada y aprehendida en el lenguaje. Facilita en las personas la toma de conciencia de sí mismas en los distintos dominios del ser, vehiculizando, propiciando, construyendo registros de identidad ya que a medida que nos introducimos en la experiencia eutónica por asimilación de su pedagogía se abre una dinámica de observaciones e interrogantes relacionados con el sí mismo.

Algunos de los alcances de este aprendizaje que puede tornarse permanente en la experiencia personal están asociados al enriquecimiento y aprehensión del esquema corporal y la imagen del cuerpo facilitando el encuentro con el sí mismo, asociando su construcción y enriquecimiento con un modo de ser más concientes de la propia identidad, de poder pensar la identidad desde estas perspectivas.

## **Decires en torno de la Identidad<sup>1</sup>**

Desde diversas narrativas presentaremos la identidad con breves testimonios y definiciones como marcos desde donde se han tenido en cuenta sus distintos aspectos, que al momento de integrarlos significarán un importante aporte.

### **Las asignaciones**

Nombre – Apellido – Grupo sanguíneo – ADN – DNI – Género – Lugar de nacimiento – Rasgos – Historia personal – Fecha de nacimiento – Historia social – Clase – Etnia – Profesión – Lengua – Credo – Yo...

Candau<sup>2</sup> habla de la dificultad de depuración conceptual de “identidad”. A nivel individual puede ser un estado resultante de una asignación administrativa: el documento de identidad establece la altura, edad, domicilio, etc., una representación – cada uno se hace una cierta idea de lo que es- y un concepto, el de la identidad individual, muy empleado en las ciencias humanas y sociales. Designa la mismidad: en el momento preciso de una observación, un individuo es idéntico a sí mismo.

### **El cuerpo**

El cuerpo dice. A través del cuerpo suceden manifestaciones que ponen en evidencia aspectos de lo que somos, cómo somos, quiénes somos.

...Cada uno va construyendo una - su identidad donde la identidad biológica es una más de todas las identidades...<sup>3</sup>

Lo dado

Lo recibido incorporado

Las propias construcciones

Siempre con otros...

Todo pasa y todo queda

El tiempo, la memoria: la historia

Inscriptos en este ser, en este cuerpo-ser

---

<sup>1</sup> Rovella, A. (2007) Eutonía, Identidad....

<sup>2</sup> Candau, J. (2001)

<sup>3</sup> Bernath, V (2007) Genética para la identidad

Marcel Pagnol<sup>4</sup> cineasta francés del siglo XX, en uno de sus films pone en boca de Fernandel, protagonizando a un niño con una importante joroba quien recibía las burlas de los chicos con los que intentaba jugar: “Cuando era pequeño, en mi casa no había espejos. El único espejo en el que podía verme eran los ojos de mi madre. Y en esos ojos, yo era el más bello”.

Manuel Puig escritor argentino del siglo XX, en charla con su editor italiano sugiere a raíz de su obra teatral Bajo un manto de estrellas que el tema principal es la mirada de los otros. Cómo la propia identidad puede ser definida en determinadas circunstancias por la mirada bien o mal intencionada de los otros.<sup>5</sup>

El espejo, la propia imagen, la imagen de otros, las fotos, los cuadernos, los relatos ajenos y los propios, la piel actual, la mirada perdida, el brillo de los ojos, los ideales, los proyectos.

### **Más allá de la biología**

Un joven, de 16 años. Se parece “tanto” a su padre... hasta en el cuerpo. Un hijo, criado en una familia adoptiva desde su nacimiento, vive su identidad sabiendo su origen “biológico”, con la tranquilidad de ser hijo amado de sus padres, deseado, y parecerseles “tanto”.

Aquí, la historia forzó la biología...

...”El derecho de todo ser humano a conocer sus orígenes responde al interés superior a todo hombre de saber lo que fue antes de él, de dónde se sigue su vida, qué lo precedió generacionalmente tanto en lo biológico como en lo social. Qué lo funda y hace de él un ser irrepetible”...<sup>6</sup>

En Bernath<sup>7</sup> encontramos que los estímulos que cada uno va recibiendo del medio ambiente desde el nacimiento y durante el crecimiento, el mayor o menor afecto de los padres, la educación, el país donde toca vivir, todo va construyendo a la persona. La identidad biológica está sobredimensionada. No todo está en los genes.

### **Quién sabe... la identidad, las posibles construcciones...**

...”Uno no encuentra<sup>8</sup> su verdadera cara cuando se mira al espejo. Encuentra un reflejo. Ha ido al encuentro de lo mismo. No ha salido de sí. La identidad se alimenta de la diferencia. Soy yo porque soy parte del mundo, pero porque soy diferente de todo. Existo para testimoniar que todo lo otro que existe es diferente de mí. Existo, a la vez, arrojado a esa

---

<sup>4</sup>En Murcia, R.

<sup>5</sup> Puig, M. Bajo un manto...Prólogo

<sup>6</sup> Di Pietro, M.

<sup>7</sup> Bernath, V. “La identidad....

<sup>8</sup> Feinmann, J: P.

diferencia que es lo que llamamos “mundo”. El “mundo” no es el espejo de mi baño, me devuelve otras caras, otras expresiones que expresan lo infinitamente expresable: el odio, el amor, el egoísmo, la mezquindad, el sadismo, lo sublime y las ciénagas del horror. Existir es ser diferente. De aquí que no sea posible existir sino en el modo de la identidad. Solo puedo ser diferente, abrirme al vértigo inacabable de la diferencia, desde una identidad lúcida, conciente, militante. Militante en este preciso sentido: sé que solo puedo ser “yo” en la medida en que lo “otro” me constituye, en la medida en que lo “otro” me importa, me otorga espesor, el laborioso espesor del sentido”...

En este sentido la Eutonía propicia una búsqueda que estimula en las personas el desarrollo de una conciencia más profunda de su realidad corporal y espiritual como verdadera unidad, instándolas a un descubrimiento de sí, enriqueciéndolas en su personalidad y como seres sociales.

Citando a G. Alexander...”Se ha vuelto banal decir que no hay división entre cuerpo y espíritu. Pero si el cuerpo es también espíritu, si contiene los rastros del conciente y el inconsciente individual y colectivo, debe poder expresar, a través de las riquezas infinitas de su constitución y de su desarrollo, la totalidad de cada personalidad única, a la vez que todo el pasado de la humanidad y todas las potencialidades del devenir de la especie que lleva en sí...a esta conquista nunca terminada nos invita la Eutonía”...

### **Más acá de la historia**

Cada uno de nosotros, cada ser humano es único e irrepetible, entonces la identidad es la condición de nuestra particularidad, de nuestro ser concreto en el mundo, que significa además de estar vivo estarlo de un determinado modo.

...Un joven de 30 años<sup>9</sup> cuenta que en la adolescencia empezó a sentirse “raro”, distinto... le llamaba la atención no tener parecido con los integrantes de su familia, parecido en nada, ni en la cara, ni en el cuerpo, ni en los pensamientos, ni en la mirada con la que lo miraban, ni en los abrazos...

La duda, desde ese ser cuerpo sentir, lo llevó a interrogarse por su identidad.

En una marcha vió una foto, y se vió en ella.

Aquí la biología forzó el destino y la historia lo reivindicó.

---

<sup>9</sup> Fragmento del testimonio de uno de los jóvenes que a partir de sus propios registros y de su impulso vital pudo encontrarse con su primera ¿verdadera? identidad. Nacido en la ESMA durante la desaparición forzada de su madre y luego apropiado por sus captores, logró liberarse, “aparecer” y reconstruirse...

“Todos al nacer tenemos el derecho a ser, a nuestra identidad” dice Moledo citando a Ortega y Gasset. La obra que se cumple en la historia es el continuo fluir de la vida de cada uno, de la tuya, la mía, la de Pedro, la de Juan, la vida es de cada uno, es personal, individual, intransferible, cada uno tiene su historia, hace su historia en el mundo y con el mundo a través de su identidad. La personalidad es la obra que en la historia se cumple.

Para Fernández Cesáreo<sup>10</sup> la identidad personal es un conjunto de atributos y características que permiten individualizar a la persona en sociedad. Es todo aquello que hace que cada cual sea uno mismo y no otro. Esta identidad se despliega en el tiempo y se forja en el pasado desde el instante mismo de la concepción donde se hallan sus raíces y sus condicionamientos pero traspasando el presente existencial se proyecta a futuro, es fluida, se crea con el tiempo, es cambiante.

### **La identidad como derecho**

Hablar de un derecho a la identidad comprende el derecho a la vida, a la propia biografía e incorpora la “verdad personal”, utilizando los términos de la jurisprudencia italiana que el Dr. Fernández Cesáreo<sup>11</sup> identifica como “un perfil social de la identidad personal” ampliado en la doctrina que reconoce la participación de la persona humana en la construcción de su propia identidad. Con este derecho se protege la vida humana en su radical realidad que es la propia persona humana en sí única, indivisible, individual y digna. Asociado a éste en el derecho a la educación se ha insistido en que la misma tendrá como fin el pleno desarrollo de la personalidad humana (Art.13 del pacto de Derechos Económicos, Sociales y Culturales).

Existen un conjunto de derechos relacionados con el derecho a la identidad de las personas que se van articulando para formar un conjunto o unidad en la llamada Teoría de la integralidad de los derechos.

También las libertades que contribuyen con la propia identidad deben ser incluidas en ese conjunto: religiosa, de pensamiento, de opinión, respeto por la privacidad y la propia imagen.

Lo dicho en relación al derecho a la identidad está extraído de la Declaración universal de los derechos humanos, Declaración americana de derechos y deberes del hombre y Convención americana de derechos humanos o Pacto de San José.

---

<sup>10</sup> Moledo, S.

<sup>11</sup> Moledo, S.

## **Construcción del sujeto, identificaciones, la otredad**

La concepción contemporánea de las identidades, a la luz del psicoanálisis, la lingüística y las teorías del discurso<sup>12</sup> se aleja de todo esencialismo – en tanto conjunto de atributos “dados”, preexistentes – para pensar más bien su cualidad relacional, contingente, su posicionalidad, en una trama social de determinaciones e indeterminaciones, su desajuste –en exceso o en falta– respecto de cualquier intento totalizador. La identidad, en singular, será vista entonces como un “momento” identificatorio en un trayecto nunca concluido, donde está en juego tanto la mutación de la temporalidad como la “otredad” del sí mismo.

El concepto psicoanalítico de identificación, retomado en su matriz freudiana, como la más temprana expresión de un lazo emocional con otra persona, lazo de amor-odio según el modelo edípico, apunta a dar cuenta de esa relación de desajuste necesariamente ambivalente donde las partes no se subsumen una en otra.

La identificación es un proceso de articulación, de sutura, hay siempre demasiado o demasiado poco, una sobredeterminación o una falta, pero nunca una adecuación perfecta, una totalidad. Esta imposibilidad de adecuación, ese desliz del sujeto en exceso o defecto –su irrepresentabilidad en una posición – permite desplegar una concepción no esencialista de la identidad, que enfatiza la incompletud, el inacabamiento.

## **Otras dimensiones...**

La dimensión política de la cuestión<sup>13</sup> indisociable de la anterior remitirá a la articulación de la relación entre el sujeto y las prácticas discursivas, a una capacidad de agenciamiento que no suponga necesariamente el retorno a la noción transparente de un sujeto-autor centrado de las prácticas sociales.

Entonces preguntas sobre cómo somos o de dónde venimos se sustituirían bajo esta perspectiva por cómo usamos los recursos del lenguaje, la historia y la cultura en el proceso de devenir más que de ser, cómo nos representamos, somos representados o podríamos representarnos. No hay entonces identidad por fuera de la representación, es decir, de la narrativización – necesariamente ficcional – del sí mismo, individual o colectivo.

Esa dimensión narrativa, simbólica de la identidad, el hecho de que se construya en el discurso y no por fuera de él, en algún universo de propiedades ya dadas, coloca la cuestión de la interdiscursividad social, de las prácticas y estrategias enunciativas, en un primer plano.

---

<sup>12</sup> Arfuch, L.

<sup>13</sup> Arfuch, L.

Propone presentar la identidad como un fenómeno problemático a partir de su proceso de producción, enfatizando que toda identidad es el intento siempre renovado e inacabable de “poner en sentido” y “totalizar significativamente” la experiencia humana tanto individual como colectiva. Dicho proceso de significación se perfila en torno a la fascinación por un cuerpo sublime que trasciende el ámbito del análisis del discurso y la problemática del sentido no por ser más realista sino por introducir la dimensión del goce.

### **Para ser, recordar**

Candau introduce la cuestión del tiempo en relación a la memoria. La pérdida de la memoria nos dice es una pérdida de la identidad. Sin memoria el sujeto se hunde, vive únicamente en el instante, pierde sus capacidades conceptuales y cognitivas, su identidad se desvanece, su sí mismo se volatiliza y el “aquí y ahora”, es el “ahora, ya”, sin pasado inmediato ni lejano, según las alteraciones de la memoria, individual o colectiva. No produce más que un sucedáneo de pensamiento, un pensamiento sin duración, sin el recuerdo de su génesis que es la condición necesaria de la conciencia y de la conciencia de sí.

Cada ser humano construye su identidad en el transcurso de un tiempo que simultáneamente lo altera de manera irreversible.

La función de memoria afecta a las grandes categorías psicológicas como el tiempo y el Yo; es el conjunto de la personalidad de un individuo el que emerge de la memoria. La memoria es la identidad en acto, ambas se compenetrán.



## **Esquema corporal e Imagen del cuerpo: construcciones inherentes al sí mismo**<sup>14</sup>

La estrecha solidaridad entre el sí mismo, la identidad y la experiencia corporal es el eje de estas búsquedas y parece ser uno de los temas que se encuentra en el origen de las investigaciones y reflexiones sobre esquema corporal e imagen del cuerpo que como construcciones inherentes al sí mismo se articulan con distintos dominios del ser.

### **Articulaciones entre esquema corporal e imagen del cuerpo**

Esquema corporal e imagen del cuerpo como conceptos provenientes de la neurofisiología y el psicoanálisis respectivamente traducen la misma realidad fenoménica que es el cuerpo aunque ampliando sus conceptualizaciones, del cuerpo materia, función, voluntad al cuerpo inconsciente, libidinizado, deseante... expandiéndose hacia una totalidad más compleja.

Ya Bonnier<sup>15</sup> en 1893 refiriéndose al “esquema” habla de un modelo perceptivo del cuerpo como configuración espacial, siendo lo que le permite al individuo diseñar los contornos de su cuerpo, la distribución de sus miembros y de sus órganos, y localizar los estímulos que se le aplican así como las reacciones con las que el cuerpo responde, entonces, el esquema designa algo más que una sensación o conjunto de sensaciones internas del cuerpo, algo más que un mero sentimiento de existencia; pudiendo sufrir trastornos y suministrar informaciones falsas haciendo creer, por ejemplo, que las partes del cuerpo ocupan más espacio del que ocupan en realidad. Aunque esta tesis fue muy discutida y combatida, su hipótesis fundamental de un esquema del cuerpo, es decir de una estructura organizada que lo representa, fue retomado por Schilder. Estos esquemas<sup>16</sup> amplían el conocimiento de la postura, el movimiento y de las localizaciones más allá de los límites del propio cuerpo. Todo cuanto participa de los movimientos conscientes del cuerpo se agrega al modelo que se tiene de sí mismo, pasando a formar parte de estos esquemas que son esencialmente plásticos, se modifican indefinidamente aunque con aspectos estables de naturaleza fisiológica - procesos corticales -. El modelo postural del cuerpo no se enfoca solamente en su aspecto perceptivo sino que se concibe como estructura indisolublemente perceptiva y activa que la experiencia enriquece sin cesar, siendo la motricidad uno de los aspectos que influye en la percepción de sí y en la imagen del cuerpo siempre ligada a una experiencia emocional en la relación con otras personas.

---

<sup>14</sup> Rovella, A. (2007) Eutonía, Identidad

<sup>15</sup> Bernard, C.

<sup>16</sup> Schilder, P.

La percepción en relación al cuerpo de las otras personas y a las emociones que éste expresa es tan primaria como la percepción del propio cuerpo y su producción emocional. En el campo de la percepción sensorial el propio cuerpo no difiere demasiado del cuerpo de los demás, el modelo postural de cada ser humano está directamente relacionado con el de los demás. Este aspecto relacional en su dimensión psicológica encuentra su fundamento en la teoría de la forma y el psicoanálisis freudiano. Para Freud el cuerpo es un conjunto de zonas erógenas, es decir, lugares de excitabilidad concentrada, libidinizados, sobre todo los orificios, su sensibilidad erógena perfila así la imagen de un cuerpo que tiende necesariamente a modificar la imagen que resulta del modelo postural ya que lo que puede haber de particular en las estructuras libidinales se refleja en ella.

Por lo antes dicho la noción de esquema corporal más que concebirse como modelo postural de base fisiológica se puede comprender como una estructura libidinal dinámica en permanente cambio por las relaciones con el medio físico, vital y social, es decir, una estructura en constante autoconstrucción y autodestrucción interna, siendo un proceso continuo de diferenciación donde se integran todas las experiencias incorporadas en el transcurso de la vida, perceptivas, motrices, afectivas, sexuales, etc..

Encontramos hasta aquí dos corrientes principales de interpretación de la experiencia corporal. Una centrada en las relaciones del organismo con el medio circundante señala el papel principal y el dinamismo de las estructuras perceptivo motrices y concibe el cuerpo como función de relación con su ambiente; otra desde el enfoque freudiano del cuerpo libidinal que cuestiona el concepto de esquema corporal sustituyéndolo por imagen corporal donde se consideran además los aspectos libidinales inconscientes.

Wallon da al concepto esquema corporal el sentido de un todo dinámico que puede variar con las relaciones del ser respecto de sí mismo, de los demás y de los objetos en vez de considerarlo como estático y preexistente; lo piensa como una urdimbre de relaciones cambiantes entre el espacio postural y el espacio circundante, el primero producido por las variaciones entre las diferentes actividades sensoriales y kinestésicas, y el segundo condicionado por el espacio que hay entre los objetos y las personas, el espacio afectivo y el espacio de los recuerdos, sueños, creencias, es decir el espacio simbólico representado por el lenguaje.

Merleau-Ponty considera en la historia de la conceptualización de la noción de percepto del cuerpo tres etapas: en la primera el percepto del cuerpo es un conjunto de numerosas asociaciones visuales, táctiles y cenestésicas. Aquí Schilder agrega que solo cuando cada sensación se conecta con el modelo postural del cuerpo se adquiere la conciencia del sí

mismo. En la segunda introduce el concepto de forma de la teoría de la Gestalt que tiene en cuenta las relaciones mutuas entre las partes del cuerpo. La tercera se refiere al concepto de esquema corporal como entidad dinámica, cambiante, móvil, con interdependencia entre la estructura de un “yo corporal” y la del ambiente, con otras personas u objetos, llegando a considerarlo como expresión de la personalidad, de las características del yo. Desarrolla también la idea que las posturas habituales responden a proyectos del sujeto relativos al mundo que lo rodea; de las bases que sienta la estructura anatomo-fisiológica o morfológica del cuerpo y de las experiencias adquiridas, en el esquema corporal quedaría lo más valioso para los propios proyectos, lo que permite una mejor adaptación al medio, es decir, el cuerpo propio no se manifiesta como receptáculo indiferente de excitaciones interoceptivas, propioceptivas y exteroceptivas o como un mecanismo donde se asocian órganos funcionando sino como un complejo de funciones, manifestaciones e interacciones con miras a ciertas tareas reales o posibles. Este cuerpo que no está solo en un espacio objetivo está enraizado en una cierta situación que polariza todas sus acciones, existiendo orientado hacia ellas, volviéndose sobre sí mismo para alcanzar sus fines. El esquema corporal es entonces una manera de expresar “este cuerpo es mío, soy”.

Wapner y Werner consideran que los cambios en la relación entre el sujeto y su medio, contexto espacial, relación con los objetos, adopción de actitudes en diferenciación con los objetos, influye significativamente en la manera en que el sujeto experimenta el cuerpo. El concepto cuerpo debe considerarse entonces dentro del contexto global del crecimiento psicológico, dentro de la integridad del individuo, de la unidad senso-psico-socio-motriz. El reconocimiento de la existencia de los límites corporales es lo que interviene en la diferenciación con el medio. El individuo que posee una delimitación clara de su cuerpo es más activo, independiente, autónomo, comunicativo.

Lapierre designa como “cuerpo propio” a la representación mental que el individuo se hace de su propio cuerpo, la conciencia que tiene de cada una de sus partes, de su situación respectiva y de la unicidad del conjunto, es decir la conciencia de su identificación con ese yo corporal. La noción de esquema corporal es más amplia; la organización del cuerpo no está aislada sino que se extiende a las relaciones espaciotemporales de ese cuerpo con el mundo que lo rodea. Se enriquecerá con las experiencias perceptivo motoras ya que todo el aprendizaje motor pasa por una diferenciación de los elementos del mismo, lo que sugiere que el sujeto será más rico en posibilidades motrices, de adaptación y reconocimiento de sí cuanto más diferenciado, presente, vivenciado tenga dicho esquema.

Hablar de esquema corporal e imagen del cuerpo es referirse a desarrollo y aprendizaje.

Otra manera de establecer la base del concepto es más que asociándolo al de imagen, relacionándolo al de ideación y representación psíquica como espejo afectivo somático ante la propia mirada y la de los otros, una autoestructuración con respecto al medio. A partir de las mutuas relaciones entre cuerpo, medio y lenguaje se organiza la imagen del cuerpo como estructura central a través de la cual sentimos, actuamos, nos expresamos, creamos, nos comunicamos, somos.

Dolto establece la distinción entre esquema e imagen del cuerpo: el esquema corporal refiere al individuo en tanto que representante de la especie, cualquiera sea el lugar, la época o las condiciones en las que vive; la imagen del cuerpo es propia de cada uno, está ligada al sujeto y su historia, es específica de una libido en situación, de una relación libidinal. Resulta de ello que el esquema corporal es en parte inconsciente, pero también preconscious y consciente, mientras que la imagen del cuerpo eminentemente inconsciente es la síntesis viviente de nuestras experiencias emocionales, puede ser considerada como la encarnación simbólica inconsciente del sujeto deseante y antes incluso que el individuo en cuestión sea capaz de designarse con el pronombre personal “Yo”, sabe decir “Yo”.

La imagen del cuerpo como matriz constitutiva de la estructura del sujeto por anticipación sobre la unidad corporal es el tema central del “estadio del espejo” desarrollado por Lacan. Es proporcionada no por el conjunto de sensaciones que el cuerpo procura, sino por las impresiones visuales que vienen a desempeñar un papel anticipador en la representación de la persona. Antes incluso que se realice la integración de las sensaciones corporales y se organicen en las estructuras nerviosas el sujeto posee del hecho de la representación imaginada de su cuerpo el sentimiento de ser una persona propia, de ser un sujeto.

El ser humano es uno en su expresión corporal, con las peculiaridades de su historia, experiencias, placer, alegría, sufrimiento. No van cada cual por su lado cuerpo, psique, espíritu...es la persona como un todo que percibe y expresa sus sentimientos, sus vivencias, sus acciones, su ser.

A manera de integración de los diversos aspectos puestos en evidencia cuando se trata de abarcar nociones complejas como esquema corporal, imagen del cuerpo, sí mismo, personalidad, individuo, encontramos a Gerda Alexander creando la Eutonía, como una pedagogía que dentro de sus especificidades facilita recursos para estos desarrollos estimulando y enriqueciendo sus reconocimientos y registros.

## **La Eutonía**<sup>17</sup>

La Eutonía es una disciplina captada en el cuerpo, pensada, aprehendida en el lenguaje, que como experiencia de vida se aprende viviéndola.

Se funda y fundamenta desde funciones, que se transforman en sentidos, significaciones, construcciones del ser, atravesadas, organizadas, actualizadas en el “aquí y ahora” desde la conciencia, también función específica, expresada en la necesidad de tomar conciencia, de un hacer a conciencia y una exploración con y desde esa conciencia. Estar conciente, sentir, sentirse, a través de una atención que se va ampliando, profundizando, enriqueciendo a la vez dirigida y abierta a la expectativa de ver qué ocurre, por esto podemos decir que la conciencia es conocimiento y el conocimiento es conciencia.

La atención es entonces otro aspecto esencial, privilegiado, relacionado directamente con la conciencia; dirigirla voluntariamente en un sentido determinado con un centro preciso: el cuerpo y sus vivencias, su interioridad y la captación del mundo externo; estando atentos a las informaciones que envían los órganos de los sentidos desde el propio cuerpo permitirá progresivamente, reconocer y comprender los mensajes que provienen de él.

Las propuestas de trabajo en Eutonía están diseñadas para producir un cambio en la dirección y en las cualidades de la atención, generando una modificación del tono que puede ser perceptible, trascendiendo al estado de “presencia”, a estar alerta a lo que ocurre en el momento presente. Estos procesos se producen en el tiempo, no inmediatamente, favoreciendo poco a poco el estar en “su cuerpo” y el aprendizaje de nuevas maneras de movimientos más adecuados a la realidad de cada persona, que también será capaz de “atender” hacia su interior y hacia el mundo exterior simultáneamente, desarrollando una percepción más precisa de la totalidad de su ser y del medio en que vive.

En Eutonía podemos dar cuenta del desarrollo de un “yo observador”, enunciado por Felix Morrow, quien habla de su acrecentamiento a partir de la práctica sistemática en Eutonía. Es la función que es conciencia –awareness- ella misma; el siempre presente toda vez que haya conciencia, considerando que en la mayoría de las personas existe muy rudimentariamente. Este “Yo observador” requiere de un gran compromiso y persistencia en el trabajo personal para su crecimiento; su particularidad reside en que la persona conciente de lo que ocurre dota a la situación de un novedoso estado de conciencia que antes no estaba, como un aspecto senso-psico-motriz que al desarrollarse nos va habitando y habilitando, y junto al aprendizaje

---

<sup>17</sup> Rovella, A. (1991, 1993, 2007) Teoría de la Eutonía, La Eutonía....

de los principios de la Eutonía facilitan posibilidades de organizar las experiencias personales, con el propósito de aprendernos en nuestros tonos, matices, matrices vitales, y así poder transitar y trascender en nuestras fluctuaciones.

El sentirse<sup>18</sup> ocupa un lugar fundamental en la suma de aspectos esenciales del proceso de aprendizaje en Eutonía porque trata por un lado de la toma de conciencia de las sensaciones del y desde el cuerpo, y al mismo tiempo de percibirse y percibir.

La percepción es una actividad psicofisiológica<sup>19</sup> que nos permite tomar conciencia y conocer lo que sucede dentro y fuera de nuestro cuerpo, a través de un complejo sistema denominado por algunos autores “complejo perceptivo”. La sensación es el primer paso del complejo perceptivo, constituyendo su aspecto fisiológico, cuando un receptor es impresionado por un estímulo adecuado para él. La percepción se completa con su faz psicológica donde el Yo analiza e interpreta los datos sensoriales dándoles significado. Cuando construimos la percepción de un objeto no actuamos como un mero aparato perceptor, siempre existe una personalidad que experimenta la percepción que siempre es el modo particular, personal, posible, presente de percibir.

En Eutonía consideramos al cuerpo como constitutivo del ser desde donde registramos, gracias al complejo perceptivo, nuestras experiencias a través del desarrollo de la sensibilidad y la autoobservación por evolución del yo observador. Es un proceso dinámico de aprendizaje permanente que se desarrolla a partir de vivencias corporales-integradoras llamadas principios.

#### *Los principios básicos*

- Desarrollo de la conciencia de la piel, el tacto conciente
- Desarrollo de la conciencia del volumen del cuerpo, el espacio interno
- Desarrollo de la conciencia de los huesos
- Contacto Conciente
- Experiencia del transporte -reflejo conciente de enderezamiento-
- Repousser -rechazar, empujar

---

<sup>18</sup> Guido, R.

*Las técnicas*, como experiencias facilitadoras para el aprendizaje de los principios

- Vibraciones óseas
- Vibraciones vocales
- Micromovimientos, microdeslizamientos
- Movimientos activos y pasivos
- Posiciones de Control
- Movimiento eutónico propiamente dicho

### **Integración**

La práctica y asimilación de la pedagogía de la Eutonía, la exploración particular de cada principio y la integración progresiva que va sucediendo como desarrollo de la experiencia en Eutonía, implican el despliegue de vivencias que tienen que ver con procesos, momentos, posibilidades perceptivas de asimilación y comprensión. Teniendo en cuenta particularidades y diversidades encontramos muy frecuentemente al cabo de los trabajos específicos, comentarios referidos a sensación de integración, presencia del cuerpo real, de límites e identidad, revitalización en la discriminación de sensaciones, zonas, tejidos, texturas, temperaturas, fuerza, seguridad, mejor sostén y facilidad de movimientos, liberación de tensiones excesivas, sentimientos de placer pleno, también de asombro y desconcierto ante el sentir, mejoramiento de funciones vitales en el dormir, la respiración, la actividad digestiva, la concentración, siendo concientes desde la piel, el contacto, espacio interno, estructura ósea, fuerzas, ubicaciones en el espacio, al tiempo que el yo observador propio se activa.

Todos estos registros nos llevan a postular la incidencia que puede tener la Eutonía en el proceso de construcción de una identidad conciente, viva, activa, dinámica.

## **La Identidad construida con el lenguaje de la Eutonía**

Eutonía, esquema corporal, imagen del cuerpo, el ejercicio del sentir y el saber a partir de ese sentir, el sentirse a sí mismo en el “aquí y ahora”, la representación del ser: la identidad.

Esta cadena asociativa de conceptos deviene de registros personales y de relatos testimoniales de personas que en el camino de la Eutonía ponen de manifiesto reconocimientos referidos a su mismidad, afirmaciones identitarias desde sensaciones, sentimientos, pensamientos que hacen que cada uno se sienta progresiva, potentemente más uno. Entonces es posible sentir la identidad, rescatándola desde la vivencia, ampliando, modificando, hasta llegando a cuestionar los otros saberes que hacen que uno sepa que es uno. ¿Cuales son las condiciones y las determinaciones del sentir y de los demás saberes, cuales sus alianzas?. Los registros personales, individuales son siempre resultantes de la interacción con otros, de ser seres sociales atravesados por matrices de la propia cultura porque al decir “yo soy yo”, siento y se que no soy otros, pero no soy sin los otros, me constituyen. Cuando Feinmann habla de que existir implica ser diferente también dice que esa existencia solo es posible en el modo de la identidad.

En el presente trabajo abro una perspectiva de abordaje de la identidad como construcción nunca acabada más que como conjunto de cualidades preestablecidas –raza, color, sexo, clase, cultura, nacionalidad, etc.- abierta a la temporalidad y la contingencia y en alianza con la Eutonía desde donde se estimula su reconocimiento y desarrollo, facilitándole a la persona la posibilidad de captarse a sí misma gracias a datos que le permitan un registro más integrado, orgánico y organizado, con materia que late, se contrae, siente, procesa, se emociona. La Eutonía con sus principios y objetivos remite directamente a las identidades. Su aprendizaje con el “complejo perceptivo” y el “yo observador” despiertos estimula una búsqueda dinámica de experiencias vivenciales concientes en y desde el cuerpo, involucrando a la totalidad de la persona, acercándola a reconocimientos siempre nuevos y cada vez más ricos, profundizando en el desarrollo de la propia individualidad.

La atención y estimulación de la piel, el tacto conciente, propician la constitución de una imagen integrada que permite la delimitación propia y la diferenciación el espacio, con los otros y los objetos, también la regulación tónica: muscular, neurovegetativa y emocional.

En la medida que crece y se sostiene la experiencia en el tiempo, en el propio espacio se producen nuevas construcciones de este sentir, el registro de superficie se profundiza, comienza a tener espesor, interior, el interior densidades, formas, movimientos, gestándose el espacio interno conciente. En un ejercicio minucioso, sistemático, el volumen abre paso a



nuevas realidades e integraciones, el conocimiento de sí de hoy parece el conocimiento de otra de ayer, lo casi permanente y lo cambiante conviven en esta realidad con nombres, distinción de sensaciones, enriqueciéndose momento a momento desde la superficie hasta las estructuras más pequeñas, profundas, diversas, interpretables, traducibles a lenguajes anatómico, fisiológico, psicológico, filosófico, físico y hasta metafísico...se trata de uno en sus circunstancias.

El aprendizaje conciente para la fluctuación tónica, las experiencias de estimulación conciente del tacto, la conciencia de la presencia de los huesos, conforman y confirman esta presencia, un ser - siendo, un decir cuerpo como decir un todo que va dando cuenta de individualidades e identidades.

La conciencia de sí a puro presente, “conciencia de ser” que organiza la significación total de la experiencia como elaboración de la unidad, estructura interna, única, personal, posibilitada por el recuerdo gracias a la dimensión tiempo. El compromiso y persistencia en el trabajo de uno consigo mismo, el cuidado, la formación y la expresión de sí, de manera de crecer, desarrollarse y constituirse como verdadera entidad suponen también un trabajo de la memoria, la personalidad del individuo emerge de la misma como origen del sentimiento de continuidad temporal, condición necesaria de la representación de la unidad del yo.

Las personas que acceden a la experiencia de la Eutonía se animan a “un viaje” de conciencia, observación, reconocimiento y experimentaciones con destino incierto. Saben como empezaron, lo que sucederá es la gran incógnita...aún en el desconcierto siempre tendrán datos de sí. Tal vez se empiece por la piel, pero el contacto conciente se va insinuando e incitando desde el inicio. Principio integrador que va habilitando la posibilidad de estar presentes en las diversas direcciones que el espacio personal despliega, abre a una nueva dimensión más allá del límite de la piel integrando el espacio alrededor, radiante y expansible hacia el afuera, haciendo contacto con sí mismo y hacia el exterior con los otros y los objetos. Siendo incorporadas sistemáticamente observaciones del y desde el cuerpo, la mente, la psiquis... pierde importancia qué contenido particular se esté observando en ese momento porque en Eutonía al estimularse el reconocimiento de sensaciones y sentimientos, huesos, piel, músculos, órganos, espacio radiante, recuerdos serán tenidos en cuenta. El proceso de entrenar al “yo observador”, implica una mayor conciencia de totalidad, una captación del sí mismo vehiculizando registros de identidad.

Lowen habla del sentimiento de identidad como derivado de la conciencia de contacto con el propio cuerpo porque para saber quién se es hay que saber qué se siente. Sostiene la idea que

la sustancia y la estructura de la identidad personal se hallan íntimamente ligadas a la realidad del sentimiento corporal que nunca es solamente corporal.

Para Gerda Alexander la tarea de la Eutonía es la búsqueda de la propia personalidad y es la búsqueda de la totalidad, porque no se trabaja solamente con el cuerpo, se trata de comprender la totalidad del ser humano, el aspecto psicosomático, las emociones, las experiencias, la expresión y la conciencia, es decir, el espíritu humano...La totalidad siempre está, pero tener conciencia de la totalidad es algo bastante distinto.

## **Bibliografía**

- Alexander, Gerda.(1983) La Eutonía-Una experiencia total del cuerpo. Paidós. Buenos Aires
- Arfuch, Leonor.(2002) Identidades, sujetos y subjetividades. Prometeo. Buenos Aires
- Bernard, Michel.(1980) El cuerpo. Paidós. Buenos Aires
- Bernath,Viviana.(2007) La identidad – historia reales del ADN. Planeta. Buenos Aires  
(24/01/07) Genética para la identidad. Reportaje por F. Kukso. Página 12
- Candau, J.(2001) Memoria e identidad. Del sol. Buenos Aires
- Di Pietro, Marcelo. (27 / 11/ 2001) “La identidad: un Derecho....” Conferencia, en Jornada sobre Derecho a la Identidad. Honorable Cámara de Senadores. Buenos Aires
- Doltó, Françoise. (1986) “La imagen inconsciente del cuerpo”. Paidós
- Elizondo Breedy, Gonzalo, Carazo Vicente, Marcela. (2001) “Derecho a la Identidad”, en Juventud e Identidad. Abuelas de Plaza de Mayo. Espacio
- Feinmann, José Pablo.(2001) “Teatro e identidad” en Teatro por la identidad. Eudeba . Serie Abuelas de Plaza de Mayo. Teatro en Eudeba
- Guido, Raquel .(2005) “De las sensaciones a la percepción”. Informe: Sistema Nervioso/ segunda parte. Revista Kiné. Año 14- N 67. Junio-agosto
- Hemsey de Gainza, Violeta (1983): Conversaciones con Gerda Alexander. Paidós. Buenos Aires
- Lapierre, Andre. La reeducación física.Tomo I. sin dato editorial
- Merleau-Ponty, Maurice. Fenomenología de la percepción. Colección Obras maestras del pensamiento contemporáneo N° 26 – Planeta Agostini
- Moledo, Susana. (2001) “Para que nacer no signifique no ser” – Jornada sobre Derecho a la Identidad”...
- Morrow, Félix.(1985)“The formation of an observing self in Eutony”. Somatics- “La formación de un yo observador en Eutonía”- artículo traducido por Marcela Arias Uriburu
- Murcia, Raymond. “A propósito de la Noción de esquema Corporal” – CITAP – Psicomotricidad- Revista de estudios y experiencias – N° 36 - España
- Puig, Manuel.(1997) Bajo un manto de estrellas. Prólogo. Beatriz Viterbo. Buenos Aires
- Rovella, Adriana (1991) Explicaciones teóricas (definiciones, descripciones, ejemplos) alrededor de la experiencia eutónica. Tesina. Primera Escuela Argentina y Latinoamericana de Eutonía. Buenos Aires  
(1993) Aproximación teórica a la experiencia de la Eutonía. Ponencia Primer Congreso de Educación Física y Ciencias. UNLP

(2007) Teoría de la Eutonía – Los principios. Escuela Argentina de Eutonía.  
Buenos aires

(2007) Eutonía, Identidad: Construcciones convergentes. Tesina final.  
Escuela Argentina de Eutonía. Buenos Aires

(2008) La Eutonía – Sus principios. Ponencia. Jornadas de Cuerpo y  
Cultura de la Universidad Nacional de La Plata

Schilder, Paul.(1987) Imagen y apariencia del cuerpo humano. Paidós. Buenos Aires

Vishnivetz, Berta.(1987) Eutonía – Educación del cuerpo hacia el ser. Paidós. Buenos Aires

Wallon, Henry. (1982) Los Orígenes del carácter en el niño. Nueva Visión. Buenos Aires